Nr. 15. Cena 70 gr.

MŁODA MATKA



Jan Rembowski

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE.

WAŻNE DLA PAŃ GOSPODYŃ!

Zeszyty specjalne tyg. „MÓJ DOM"

1. O praniu
2. Jarzyny
3. Zimne legumi- ny, lody, kremy, galarety chłodzące napoje.
4. Poświęcony przepisom na ciastka domowe
5. Poświęcony radom praktycznym na sezon letni
6. Grzyby. (2 zeszyty.)

Tylko po 80 gr. do nabycia w Administracji tyg., Górnośląska 20

UWAGA.

WYSYŁAMY PO OTRZYMANIU PIENIĘDZY W ZNACZKACH POCZTOWYCH. LUB NA P. K. O. Nr. 14.560.

ROK III. Nr. 14/15

MŁODA MATKA

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT SIEDMIU

POPIERANY PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

PIERWSZY ZESZYT SIERPNIOWY 1929 R.



NAJWIĘKSZE SZCZĘŚCIE RODZICÓW

OWOCE I WODA

Zbliża się pora roku, w której większe spożywanie przez dzieci owoców surowych, jagód i t. p. nasuwa szereg pytań natury praktycznej.

Rozpowszechnionem jest mniemanie, że owoce surowe często bywają przyczyną różnych zaburzeń kiszkowych u dzieci w porze letniej. Za szczególnie zaś niebezpieczne uchodzi picie wody w czasie lub zaraz po spożyciu owoców. Zastanowimy się, czy i ile jest w tem mniemaniu słuszności ze stanowiska lekarskiego.

W ostatnich latach podawanie dzieciom, począwszy już od wieku niemowlęcego, soków surowych i owoców rozpowszechniło się ogromnie w związku ze stwierdzeniem w owocach niezbędnych witamin. Ponieważ teoretyczne zdobycze wiedzy, z chwilą popularyzacji ich, często bywają wyolbrzymione i stosowane w praktyce przesadnie, przeto pozwolimy sobie rzucić kilka uwag praktycznych w sprawie podawania dzieciom owoców surowych.

Nie podlega dyskusji fakt, że surowe soki i owoce muszą wejść w skład odżywiania dziecka, czasami począwszy już od II półrocza życia (soki surowe, u dzieci karmionych sztucznie od II kwartału życia, czyli od 4-go miesiąca). Sądzimy, że wcześniejsze podawanie soków niemowlętom jest zbędne, w warunkach zwykłych.

Nadużycie jednak owoców surowych w dietetyce dziecięcej jest niepożądane, a przedewszystkiem zbędne i może przyczyniać się w porze letniej do występowania różnego rodzaju zaburzeń kiszkowych. Pod tym względem, zupełnie słusznie, różne owoce cieszą się niejednakową sławą. Za „lekko strawne" uważamy — pomarańcze, dojrzałe jabłka i gruszki (z jagód — truskawki, poziomki); brzoskwinie, porzeczki, agrest nie zawsze są dobrze znoszone i spożycie ich, szczególnie w większej ilości, — może szkodzić. Różnice te zależą przedewszystkiem od różnej zawartości w owocach t. zw. drzewnika (celulozy) i różnej zdolności do fermentacji, pęcznienia i wytwarzania gazów. Podobne różnice zachodzą pomiędzy owocami dojrzałemi i niedojrzałemi. Niestrawność owoców niedojrzałych zależy od większej w nich zawartości nietrawiącego się drzewnika i większej zdolności pochłaniania wody, czyli pęcznienia. Jaką rolę odgrywa picie wody przy spożywaniu owoców? Nie ulega wątpliwości, że może to wywołać zaburzenia kiszkowe, lecz wina leży tu głównie po stronie gatunku spożytego owocu i stopnia jego dojrzałości.

Stwierdzono bowiem doświadczalnie, że surowy miąższ niektórych owoców w obecności wody ogromnie pęcznieje, tak że jego objętość pierwotna powiększa się przytem kilkakrotnie. Najbardziej pęcznieją owoce

zawierające dużo drzewnika (szczególnie wiśnie) i wogóle owoce niedojrzałe. Nic też dziwnego, że po znacznem spożyciu takich owoców, mogą one, pęczniejąc w połączeniu z wodą — drażnić mechanicznie jelita, powodować wzdęcie, bóle, a w następstwie biegunkę, lub nawet być powodem sprzyjającym powstawaniu poważniejszych chorób jelitowych.

Mało pęcznieją owoce miękkie, dojrzałe, soczyste. Nap. poziomki, które jada się często w połączeniu z mlekiem — nie wywołują zaburzeń kiszkowych.

Na tem opiera się również duża wartość kompotów w dietetyce dziecięcej: owoce rozgotowane w wodzie tracą zdolność do dalszego pęcznienia; zmiany w budowie drzewnika powstają tu głównie pod wpływem ciepłoty, gdyż owoce pieczone (jabłko), nawet niedojrzałe — stają się nieszkodliwemi.

Streszczając się, musimy ustalić następujące punkty dla postępowania praktycznego:

1) Przy podawaniu dzieciom owoców surowych należy zachować pewne umiarkowanie. Nadmierne spożywanie owoców jest zbędne, nie przynosi korzyści, lecz przyczyniając się do nadmiernego powstawania gazów w jelitach — wywołuje wzdęcia, kolki, utratę łaknienia i osłabienie czynności przewodu pokarmowego w stosunku do innych pokarmów.

2) Owoce podawane dzieciom powinny być dojrzałe i w dobrym gatunku. Za najlepsze dla dzieci należy uważać: jabłka, gruszki, soczyste gatunki śliwek, poziomki, truskawki, pomarańcze, banany.

3) Owoce podawane dzieciom powinny być czyste, dobrze umyte, (dla młodszych dzieci—obrane ze skórki).

4) Przy i po spożyciu owoców pęczniejących, jak wiśnie, czereśnie, śliwki, morele, brzoskwinie (porzeczki, agrest) nie należy pić wody.

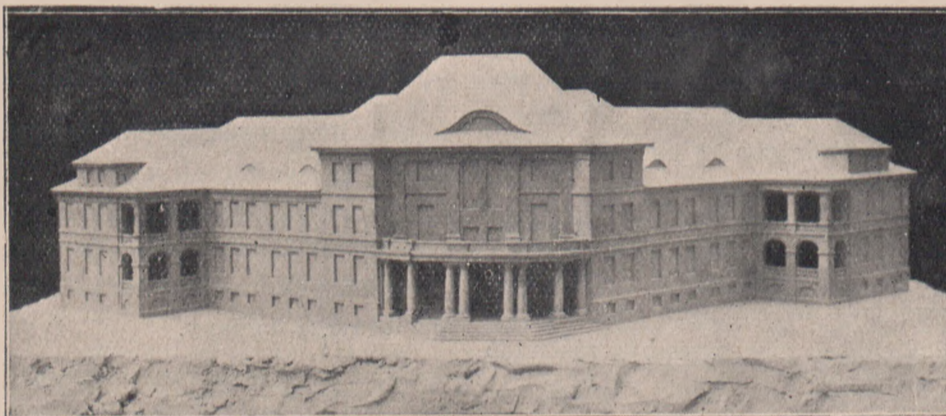
5) Przy obliczaniu ilości, trzeba kierować się wiekiem dziecka i skłonnością jego przewodu pokarmowego do zaparcia lub do biegunek.

6) Owoce gotowane i pieczone są znoszone dobrze nawet przez wrażliwy przewód pokarmowy.

Dr. J. Wiszniewski.



Zakłady lecznicze i leczniczo-wychowawcze dla małych dzieci w Polsce



Model głównego pawilonu Kolonji Leczniczej im. prof. J. Brudzińskiego przy zdroju mineralnym w Busku.
Sanatorjum to już jest wybudowane i czynne.

Kolonja Lecznicza im. Rektora J. Brudzińskiego w Busku.

Nieliczne chyba tylko jednostki w społeczeństwie nie zdają sobie sprawy z tego, jak straszną chorobą jest gruźlica. Większość jednak pod słowem „gruźlica" rozumie tylko jedną z licznych postaci tego cierpienia, a mianowicie gruźlicę płuc. Natomiast gruźlica daje cały szereg innych schorzeń, w pierwszym zaś rzędzie powoduje ciężkie schorzenia kości, stawów, skóry, gruczołów. Postać ta, o ile nie przeistacza się w więcej złośliwe formy i nie doprowadza do zejścia śmiertelnego, powoduje często ciężkie kalectwa. Postać ta spotyka się w pierwszym rzędzie w wieku dziecięcym, zmieniając życie dziecka w jedno pasmo mąk dla niego i dla otoczenia. Gruźlica „chirurgiczna" jest jedną z najczęstszych przyczyn kalectwa, przeistaczającego dziecko w inwalidę.

A jednak racjonalne leczenie jest w stanie dać uzdrowienie dziecku, jest w stanie ochronić go od kalectwa. Niestety leczenie tej postaci gruźlicy wymaga długiego przebywania w specjalnych zakładach. Leczenie więc takie pociąga za sobą duże koszta, więc tylko rodziny zamożniejsze mogłyby korzystać z dobrodziejstw leczenia sanatoryjnego. Wiemy natomiast że gruźlica szerzy się w pierwszym rzędzie wśród najuboższych sfer społeczeństwa. Nędza, choroba, kalectwo — to nierozłączna trójca.

W zrozumieniu powyższego w 1918 roku Dr. Szymon Starkiewicz przystąpił do budowy sanatorjum dla

dzieci chorych na gruźlicę chirurgiczną, sanatorjum dostępnego dla najszerszych mas, lecz odpowiadającego jednak wymaganiom wiedzy współczesnej. Bez pieniędzy, bez realnych widoków w powodzenie przystąpił on do pracy. W najcięższym okresie odradzania się państwowości polskiej, w ciężkich latach wojny i zubożenia społeczeństwa pracuje bez wytchnienia Dr. Starkiewicz. W tych ciężkich zmaganiach się z przeciwnościami losu zwycięża jego hart i umiłowanie dziecka. Znajdując z początku posłuch i uznanie tylko wśród paru swych przyjaciół, potrafił on drogą mozolnej pracy przekonać o potrzebie podobnego sanatorjum szersze masy społeczeństwa, potrafił wciągnąć do akcji szereg gmin, miast, kas chorych. Przeszkody piętrzyły się mu pod nogami, zapominając o wszystkiem zapatrzony w słoneczne jutro dziecka polskiego bez chwili wytchnienia kroczył on naprzód ku wytkniętemu celowi. Upłynęło 11 lat stałej walki, stałych zmagań się, 11 lat pracy bez chwili wytchnienia, 11 lat wysiłku, który zdawał się przerastać siły ludzkie.

Na „Górce" w pobliżu zakładu kąpielowego w Busku wznosi się ogromny gmach sanatorjum dziecięcego, obliczonego na 200 — 250 stałych pacjentów, w wieku od 5 do 15 lat. Ogromne sale, szeregi pomniejszych pokoi, szerokie korytarze, sale dla zabaw dzieci, sale dla gimnastyki leczniczej i ortopedji, sale chirurgiczne, pokoje kąpielowe, natryski, i t. d. i t. d. imponują nawet tym, którzy dobrze są obeznani z najlepszymi sanatorjami zachodu. Obok niego widzimy szereg ładnych murowanych pawilonów przeznaczonych dla kolonji letnich, przez tę kolonję przechodzi w ostatnich latach w sezonie letnim przeszło tysiąc dzieci. „Górka" posiada własną elektrownię, solarja dla naświetlań dzieci, przychodnię przeciwgruźliczą dla okolicznej ludności, własną fermę, ogromną cegielnię, znajdującą się w odległości jednego kilometra od sanatorjum.



Jeden z najmłodszych pacjentów.

Szeroko się rozsiadła „kolonja lecznicza" — w chwili obecnej obszar własnej ziemi wynosi już 65 morgów. Oprócz tego „Górka" posiada już swoje placówki daleko poza granicami Buska. W Hallerowie nad morzem powstała już kolonja letnia dla dzieci z „Górki", w której w 1927 roku było już 134 dzieci, poza tem w pobliżu Buska nad Wisłą „Górka" ma już również swoją placówkę, przez którą w lecie przechodzi kilkadziesiąt dzieci.

Dzieci przebywające na „Górce" korzystają z kąpieli w zakładzie państwowym, lecz już jest projektowane

wystawienie własnych łazienek.

A dużo rodzi się nowych projektów na „Górce“, projektów, które zazwyczaj z początku u ludzi stojących



Korytarz w sanatorjum.

w oddaleniu od „Górki“, a nie znających niezłomności wiary D-ra Starkiewicza, zyskują nazwę „wypraw z motyką na słońce“. Lecz wszystkie te „wyprawy“ wypielęgnowane w miłości do dziecka, nabierają form realnych, zaczynają istnieć.

Nadzwyczajne wyniki lecznicze otrzymywane w sanatorjach tego rodzaju, jak Leyson, Berc-sus-Mer, są już ogólnie znane. Przewłoki się zabliźniają, rany goją się, schorzałe stawy i kości powracają do normalnego stanu; dziecko budzi się do nowego życia. Nie ulega wątpliwości, że te same wyniki będziemy widzieli na „Górce“. Niestety leczenie winno być długie, należy więc żądać od instytucyj, przysyłających dzieci zrozumienia konieczności systematycznego leczenia, które przecież w pierwszym rzędzie opłaci się tym samym instytucjom.

Powstanie sanatorjum w Busku znalazło oddźwięk nietylko wśród lekarzy, Zygmunt Kisielewski ostatnio w słowach pełnych prostoty i podziwu do czynu Starkiewicza szkicuje dzieje „Górki“ w książce „Czyn, nie łza...“. W roku zaś bieżącym powstało w Warszawie „Towarzystwo Przyjaciół Kolonji im. Rektora Brudzińskiego“ mające na celu nawiązania ścisłego kontaktu społeczeństwa z kolonją w Busku. (Siedziba Towarzystwa — Warszawa, Chmielna 10 m. 13).

Dr. S. Popowski.

Krowa, pasza i zdrowie dziecka

Kiedy w Nr. 11 „Młodej Matki“ mówiłem o mleku i o tem, jak bardzo niebezpiecznem może być ono dla dziecka w razie zanieczyszczenia go lub niewłaściwego przygotowania jako pożywienia, wspominałem jedynie o bakterjach, które powodują „psucie się“ mleka.

Nietylko, jednak, bakterje są przyczyną tego, że mleko jest złe, że

jest nieodpowiednie, lub wręcz szkodliwe dla zdrowia. Niejednokrotnie, skład jego chemiczny, a więc zawartość białka, tłuszczu, cukru i soli, jest zupełnie prawidłowy, jego wygląd, zapach i smak nie różnią się od normalnego — a jednak, albo brak mu jeszcze pewnych składników nieodzownych, albo zawiera ono ciała, które powodują zaburzenia chorobowe u spożywającego je dziecka: przedewszystkiem zaburzenia w trawieniu.

Wiemy wszyscy o tem, że nawet to najbardziej odpowiednie pożywienie, jakiem jest pokarm kobiecy, czasami musimy zastąpić mlekiem krowiem, bo niemowlę źle się rozwija, jest blade, nie przybywa mu na wadze, a nieraz nawet choruje.

Jeżeli tak się dzieje przy karmieniu naturalnem, to tem częściej widzimy to przy podawaniu dziecku mleka krowiego.

Na wyższą lub niższą wartość mleka krowiego wpływa, cały szereg najrozmaitszych czynników.

Jak wiadomo, od rasy krów zależy np. większa lub mniejsza zawartość tłuszczu w mleku. Mleko z udoju rannego zawiera mniej tłuszczu, zato więcej cukru niż z udoju południowego lub wieczornego. Wiek krowy również wpływa na ilość tłuszczu, która staje się tem mniejszą, im starszą jest krowa i im więcej cieląt urodziła.

To samo, mniej więcej, widzimy i u człowieka. I to są zjawiska normalne. Natomiast już do zakresu nienormalnych, a więc chorobowych zmian w mleku, należą te, które powstają wskutek nieprawidłowego odżywiania się karmiącej: niedojadania, lub przejadania się, albo, wreszcie, żywienia się nieodpowiedniemi pokarmami.

I, jeżeli wspomnieliśmy na początku, że mleko krowie „na oko“, smak i węch może być zupełnie normalne, a jednak jest złem, lub nawet, szkodliwem pożywieniem dla dziecka, to przedewszystkiem mieliśmy na uwadze te zmiany, jakie w niem zachodzą pod wpływem niewłaściwej paszy.

Dziecko, używające takiego mleka, może chorować i dlatego uważamy za stosowne wspomnieć tu chociaż kilka słów o tem.

Jeżeli krowa ma dawać dobre mleko, nie może być ani przekarmianą, ani niedożywianą; musi w dostatecznej ilości otrzymywać zarówno paszę suchą, a więc siano, słomę, koniczynę, jak paszę soczystą — buraki, słodziny i t. d. Z pewnego względu, zarówno latem, jak zimą należy podawać jej świeżą paszę zieloną. Tym względem jest, między innemi, zawartość w mleku t. zw. dopełniających substancyj odżywczych — witamin.

Ponieważ w „Młodej Matce“ już nieraz o witaminach mówiono, wspomnę jedynie, że w mleku najbardziej zależy nam na witaminie A., którą znajdujemy w tłuszczu, a która wpływa na rozwój wzrostu dziecka. Witamina ta znajduje się w mleku w stosunkowo większej ilości, gdy inne — np. przeciwgnilcowa, — tyl-

ko w bardzo małej. Krowa, którą będziemy żywili jedynie suchą paszą, będzie posiadała tej substancji niewiele; dlatego też dzisiaj liście zielone, jarzyny liściaste (buraki pastewne), marchew stanowią nieodzowne całoroczne pożywienie krów. Zimą zastępuje je t. zw. kiszonka, wytworzona przez fermentację np. liści buraczanych.

Nieodpowiednie np. jednostronne żywienie krowy powoduje niejednokrotnie brak apetytu u niemowlęcia, spożywającego jej mleko. Przyczyną tego jest przykry smak lub zapach mleka. Buraki, ziemniaki, brukiew, siano, zepsuta słoma, makuch makowy, podawane w nadmiarze krowom, czynią mleko gorzkawem; marchew, dziki czosnek nadają mu swoisty zapach. Wskutek obu tych właściwości mleka, dziecko po zakosztowaniu go odtrąca od siebie butelkę, a matka, po wielokrotnych a nieudanych próbach zmuszenia go do picia, zwraca się do lekarza z prośbą o środki na polepszenie apetytu dziecka.

Daleko większe niebezpieczeństwa, bo biegunki, grożą dziecku w wielu wypadkach nieprawidłowego żywienia krowy. Najczęściej mamy z niemi do czynienia wiosną, kiedy bydło wypuszczają z obór na pastwiska. Raptowna zmiana paszy suchej na świeżą zieloną wywołuje zarówno zaburzenia w trawieniu u krowy, jak i u dziecka spożywającego od niej mleko, zwłaszcza, jeżeli pastwiska leżą w wilgotnych nizinach i posiadają dużo traw kwaśnych. Biegunki widujemy u niemowląt, karmionych mlekiem krów spożywających w nadmiarze wytłoki kartoflane, słodziny z browarów lub kiełkujące kartofle. Biegunki nieraz bardzo ciężkie widywano w przypadkach jednostronnego żywienia krów produktem buraków cukrowych, wytwarzającym się przy przeróbce ich na cukier — melasę.

W niektórych roślinach znajdują się nawet trucizny, które, przechodząc do mleka, spowodować mogą ciężkie nawet śmiertelne zatrucia. Do takich roślin zalicza się, między innemi, zimowit jesienny, wytwarzający truciznę, znaną pod nazwą kolchicyny, należą do nich również, w pewnych przypadkach, kartofle, zawierające truciznę — solaninę.

Na zakończenie chciałbym, jednak, pocieszyć strapione tem, co powiedziałem, mamusie.

Higjena publiczna wszelkiemi drogami dąży do tego, aby mleko uczynić nietylko nieszkodliwem, ale użytecznem i cennem pożywieniem dla dziecka. Przepisy sanitarno-weterynaryjne przewidują to wszystko, o czem tutaj mówiliśmy i określają nawet, w jaki sposób ma być żywiona krowa. W Niemczech, Danji i Stanach Zjednoczonych istnieją przepisy, mówiące o rodzaju pożywienia dla krów, których mleko przeznaczone jest dla niemowląt. Miejmy nadzieję, że i u nas w przyszłości kontrola nad oborą i krową będzie również więcej ścisła i więcej racjonalna.

A tymczasem... tymczasem nie zapominajmy o najważniejszem: jedynym, najbardziej odpowiednim i najbardziej zdrowym pokarmem dla dziecka jest **mleko z piersi własnej matki.**

Dr. M. Gromski.

PIELĘGNOWANIE DZIECI PODCZAS DURU BRZUSZNEGO

Dur brzuszny nie należy do chorób zakaźnych właściwych wiekowi dziecięcemu jak odra, krztusiec, płonica i t. p., jednak zapadać nań mogą i dzieci — nietylko starsze, lecz i drobne, a nawet niemowlęta.

Naogół dur brzuszny przebiega u dzieci lżej niż u dorosłych, nie jest to jednak regułą bez wyjątku.

Nie będę się tu wdawała w opis objawów duru brzusznego, minęłoby się to z założeniem niniejszego artykułu, a poniekąd i z zadaniem pisma przeznaczonego dla matek, nikt bowiem nie może od najinteligentniejszej i najbardziej uświadomionej matki wymagać, by chorobę tę u swego dziecka rozpoznać umiała, zwłaszcza, że rozpoznanie duru brzusznego nastręcza niekiedy poważne trudności i bardzo doświadczonemu lekarzowi. Musimy tylko pamiętać o tem, że dur brzuszny nie jest bynajmniej taką rzadkością u dzieci i że należy zarówno ze względu na dziecko, jak i na otoczenie wcześnie zwracać się do lekarza w przypadkach gorączki u dzieci z „niewiadomej przyczyny".

Zanim przejdę do omówienia sprawy pielęgnowania chorych durowych, poruszyć muszę w krótkości sprawę zakażania się durem brzusznym.

Dur brzuszny jest chorobą zakaźną wywołaną przez bakterję zwaną lasecznikiem durowym, którym człowiek zakaża się drogą przewodu pokarmowego. Laseczniki durowe w wielkiej ilości znajdują się w kale i w moczu chorego na dur, i dlatego też wszelkie zetknięcie się z wydalinami chorego, a więc z jego bielizną, pościelą, wodą kąpielową i t. p. prowadzić może do zakażenia.

Poza tym bezpośrednim sposobem zakażania się od osobnika chorego, zakazić się można również drogą pośrednią, bardziej dla nas niebezpieczną, bo mniej uchwytną. Tutaj łącznikiem między osobnikiem chorym, a zdrowym jest woda, w której laseczniki durowe mogą żyć dłuższy czas po za ustrojem ludzkim. W środowiskach mało kulturalnych, w miejscowościach nieskanalizowanych zarazki durowe z miejsc ustępowych przedostać się mogą z łatwością do wody studziennej, źródlanej lub rzecznej i spowodować tą drogą większą epidemję.

Do zakażenia durem brzusznym prowadzić mogą również wszelkie produkty spożywcze, które się zetknęły z zakażoną wodą, a więc surowe jarzyny, owoce, sztuczne wody mineralne, lód i t. p. i co dla dzieci ma wielkie znaczenie — rozwodnione mleko, które jest znakomitą pożywką dla bakteryj durowych. W szerzeniu duru brzusznego przyjmują również udział i muchy, które przenosić mo-

gą zarazki z wydalin chorego na środki spożywcze.

Podkreślić należy jeszcze fakt, że ozdrowieńcy durowi przez dłuższy czas jeszcze po przebytej chorobie, wydalają wraz z moczem i kałem żywe zarazki durowe. Ci t. zw. nosiciele zarazków są bardzo dla otoczenia niebezpieczni i walka z niemi jest nader trudną.

Racjonalne pielęgnowanie chorych na dur brzuszny polegać powinno na: 1) izolacji chorego i tem samem niedopuszczenia, by jeden przypadek duru pociągnął za sobą wiele innych, 2) na stworzeniu choremu jak najlepszych warunków higjenicznych, by zmobilizować i podtrzymać siły obronne ustroju w walce z zarazkiem. Jak spełnić pierwszy warunek? Dziecko chore na dur brzuszny powinno być umieszczone w oddzielnym pokoju. Dostęp do dziecka winna mieć jedynie osoba pielęgnująca je, wszelkie wizyty osób zbytecznych należy skasować, jak również unikać wszelkiego niepotrzebnego zbliżania się do dziecka, całowania i t. p. Osoba pielęgnująca dziecko powinna nosić stale biały płaszcz, który przy wyjściu pozostawia w pokoju chorego.

Po każdem dotknięciu się chorego, bądź przedmiotów przez niego używanych winna myć starannie ręce wodą z mydłem i spłókać w roztworze lizolu. Zwłaszcza pamiętać należy o myciu dokladnem rąk przed opuszczeniem pokoju chorego, oraz przed jedzeniem, nadmienić należy również, że osoba pielęgnująca nie powinna nigdy spożywać posiłku w pokoju chorego. Dla lekarza odwiedzającego dziecko musi być przygotowany biały płaszcz, oraz ciepła woda, mydło i lizol dla umycia rąk.

Walkę z muchami uskutecznia się przez zasłonięcie okien siatką z gazy, oraz umieszczenie lepu w pokoju.

Specjalną uwagę należy poświęcić wypróżnieniom chorego. Mocz i kał chorego dezynfekuje się każdorazowo po oddaniu przez dodanie równej ilości mleka wapiennego, w celu zniszczenia zawartych w nich zarazków durowych. Brudną bieliznę chorego zarówno osobistą jak i pościelową należy przed upraniem trzymać kilka godzin w 3%—5% roztworze lizolu, potem zaś wygotować. Wodę kąpielową dezynfekuje się przez dodanie nadmanganianu potasu, bądź lizolu.

Jedynie pedantyczna czystość i przestrzeganie powyższych wskazówek zapobiec może zakażeniu nietylko bliższego otoczenia chorego, ale i dalszej epidemji. Dlatego też w nieodpowiednich warunkach domowych gdzie bądź z powodów materjalnych i mieszkaniowych, bądź też z powodu niskiego poziomu kulturalnego otoczenia, izolacja chorego jest niemożliwa, lekarz ma obowiązek skierowania chorego do szpitala, gdzie powyższe warunki będą ściśle wypełnione.

Dr. M. Stopnicka.

(D. c. n.)

Z higjeny macierzyństwa

Jak należy uregulować życie płciowe w czasie ciąży? — to pytanie bardzo często absorbuje kobietę i krępuje ją w zasięgnięciu opinji u lekarza. W świecie zwierzęcym samica przez cały okres ciąży jest nietykalną dla samców. Ludy, żyjące w pierwotnym stanie kultury, także stosują wstrzemięźliwość płciową w tym czasie. Tylko ludy cywilizowane postępują przeciwnie, zwłaszcza, żyjące w obowiązujących zasadach monogamji.

Zachowanie wstrzemięźliwości płciowej w czasie ciąży jest zgodne z naturą: kobieta spełniła swoje zadanie fizjologiczne i należy jej się odpoczynek. W praktyce jednak dzieje się przeciwnie, i nawet niekiedy wobec już zaszłego faktu — żadne ostrożności i ograniczenia nie krępują pociągu płciowego mężczyzny i stosunki zamiast być rzadszemi — są częstsze. Pociąg płciowy kobiety w tym okresie jest przeważnie zmniejszony, i kobieta czasem z przykrością poddaje się tylko woli męża.

Niejednokrotnie szukając przyczyny niektórych dolegliwości w czasie ciąży, zwłaszcza nudności i wymiotów, przychodziłam do wniosku, że bardzo często pochodziły z tego właśnie źródła. Zalecałam wstrzemięźliwość zupełną lub częściową i wtedy znacznie wymioty się zmniejszały lub zupełnie znikały.

Życie płciowe bywa także często przyczyną poronień i przedwczesnych porodów w VII, VIII-ym miesiącu ciąży i choć urodzone przedwcześnie dzieci przy starannem pielęgnowaniu mogą być utrzymane przy życiu, to jednak pod względem sił żywotnych nie dorównywują donoszonym do właściwego terminu.

Sprawa ta jest trudna do praktycznego uregulowania w życiu: — staje tu na przeszkodzie egoizm mężczyzny i ofiarność miłosna kobiety.

W każdym razie jednak wszyscy lekarze zgadzają się w zalecaniu chociaż w ostatnich dwóch miesiącach ciąży bezwzględnej wstrzemięźliwości w pożyciu płciowem zarówno dla dobra matki, jak i dziecka.

Dr. I. Śmiarowska.



Psychogram dziecka do lat 5 (6)

Ciąg dalszy (2

Dla ułatwienia zadania podaję w dalszej części odpowiedni schemat jako przykład, który może być dowolnie przerobiony, zmieniony, lub służyć też może jako wskazówka do konstrukcji własnych, oryginalnych pomysłów.

Treść dzienniczka możemy ułożyć w następujący sposób (do wyboru):

1. albo będziemy zapisywały obserwacje jedną po drugiej, niezależnie od charakteru poszczególnego zjawiska psychicznego, bez uwzględnienia przynależności zjawisk do określonych kategoryj, funkcyj, dyspozycyj i t. p. Krótko mówiąc, zapiszemy (schemat a) kolejno to wszystko, co wyda się nam ważnem i ciekawem, nie wchodząc w szczegółową nomenklaturę, wyodrębnianie poszczególnych ułamków zjawiska. Sposób ten odpowiedni dla tych matek, które pochłonięte wieloma obowiązkami, nie mogą zbyt wiele czasu poświęcić obserwacji nad dzieckiem;

2. albo zgóry założymy w dzienniczku pewne działy, dziedziny, i systematycznie będziemy odnosiły każde zaobserwowane zjawisko do odpowiadającego mu działu psychicznego, który wyszczególnimy w dzienniczku (schemat b). Ten schemat odpowiedni dla matek dysponujących czasem, nie pracujących zawodowo, mogących większą część dnia poświęcić dziecku i interesujących się mniej lub więcej psychologją dziecka. Dla tych matek oprócz prowadzenia treści psychologicznej dzienniczka sposobem drugim, może też być interesującem zadaniem prowadzenie w osobnej rubryce tego samego dziennika, serji badań eksperymentalnych, zapomocą łatwych, kształcących i nieszkodliwych dla rozwoju fizycznego dziecka testów (prób), zapomocą których można wyłowić różne ciekawe dane z zakresu tworzenia się wyobrażeń, pojęć, wysnuć wnioski o rozwoju pewnych funkcyj, dyspozycyj, określić pewne kategorje czuć i t. p. zależnie od rodzaju użytego testu lub zastosowanej odpowiedniej zabawy. W schemacie c podaję serję takich prób (testów) ćwiczeń łatwych, sprawdzonych w pracowniach psychol., doświadczonych na własnych dzieciach przez uczonych światowej sławy (jak np. Dr. Decroly w Brukseli, który publikował niejednokrotnie urywki z dzienniczka psych. swej córeczki). Kto raz spróbuje tych interesujących „zabaw" z malcami, ten będzie mile zdziwiony, ile przyjemności dostarczą mu własne pociechy w swych czarujących, dziecinnych reakcjach, ile olśniewających nieraz faktów wydobędzie z słów i gestów milusińskich.

Przystępuję z kolei do samej tech-

niki pisania dziennika, posługując się pomocą wspomnianych wyżej schematów.

W grubym zeszycie, dobrze oprawionym robimy zapiski atramentem, przestrzegając datowania uczynionych obserwacyj według dni i miesięcy. Dla zaoszczędzenia czasu używamy, mówiąc o dziecku, początkowej litery imienia. Na wstępie dzienniczka umieszcza się krótką notatkę, zawierającą: datę urodzenia, imię, nazwisko dziecka, jego charakterystyczne znamiona dziedziczne, objawy chorobowe stwierdzone przez lekarza, pierwszą miarę wzrostu i wagę, ewentualnie dokładne pomiary antropologiczne o ile ktoś posiada znajomość odpowiednich przyrządów i metod, opis powierzchowności i t. p. zależnie od indywidualnych przypadków. Następnie podajemy datę rozpoczęcia systematycznych obserwacyj, poczem spisujemy je w dowolnych ugrupowaniach; jak wspominałam w I części artykułu, punktem wyjścia do ułożenia takich opisowych grup obserwacyjnych mogą być załączone niżej schematy a i b, które oczywiście są tylko ogólnie pomyślnem dowolnem ujęciem całokształtu psychologicznych obserwacyj, przeprowadzonych na temat dziecka.

Schemat a.

2 miesiąc życia (n. p. maj 1927)

Data szczegółowa	Treść obserwacyj psychologicznych	Dane rozwojowe fizjologiczne	UWAGI
a) np 3-go	reakcja x. y i t. d	wzrost, waga	ogólna suma obserwacyj na miesiąc, np. 100, 150 . . .; uwagi własne o obserwacjach
) 4-go	reakcja z, powtórzenie, odmiana reakcyj x, y	sen, pożywienie. ogólny stan zdrowia, przebieg choroby i t. p.	
c) 6-go	reakcja s, powtórzenie, odmiana reakcyj x, y, z i t p.	zmiany w powierzchowności	
i t d	i t. d		

3 miesiąc życia (czerwiec 1927)

a)	nowe reakcje t, r, i t. d.	miara wzrostu, waga i t p.	jak poprzednio
b)	rozszerzenie pola działalności reakcyj x y, z. i t. d.	jak poprzednio	
c)	odmiany ciekawe x, y ..		
d) i t. d.	nowe reakcje i t. d		

Rodzaje reakcyj zaobserwowanych u dziecka oznaczyłam końcowemi literami alfabetu. Przypuśćmy, że x oznacza zachowanie się dziecka wobec podniet wzrokowych (zjawisk świetlnych) więc zapiszemy o Andrzejku: w mies. maju — (a) 3-go. A. uporczywie wpatruje się wieczorem w zapaloną lampę, gdy się ją zgasi, podnosi ostry krzyk niezadowolenia, po ponownem zapaleniu natychmiast się uspakaja. Kilkakrotne próby potwierdzają upodobanie A do owego jasnego punktu. (c) 6-go. A. w dzień krzyczy bez widocznego powodu, niańka „na chybił trafił" zapala lampę, która mimo dziennego światła z powodu abażuru jest widoczna na suficie. Dziecko odrazu się uspakaja i wpatruje się w światło. W czerwcu: (b) 3-go. A. wpatruje się w każdy świecący przedmiot, wodzi oczyma za świecą; 15-go. matka karmiąc go siedzi tyłem do okna, po skończeniu A. nasycony, wodzi oczkami, jakby czegoś szukając. Matka odwraca go w stronę okna — uśmiech zadowolenia zjawia się na buzi. To samo powtarza się w drugim pokoju, gdzie okno w innym kierunku. W wrześniu: 10-go. A. obserwuje z zainteresowaniem, jak ojciec zapala papierosa i gasi zapałkę mówiąc ch, ch. A. pokazuje rączką na zapaloną lampę i próbuje powtórzyć nieudolnie ten dźwięk. Matka zapala ponownie zapałkę i pyta Andrzejka: „gdzie jest ch?" — A. pokazuje rączką na zapałkę, potem patrzy na lampę. (A do 18 mies. nazywał każde światło **ch, ch)**. Podobnie zapisujemy reakcje na podniety słuchowe, dotykowe i t. d. zaznaczając rozszerzający się zakres wyobrażeń dziecka. Z chwilą, gdy ono nabędzie pewnego wyobrażenia w zupełności, reagując celowo odpowiednim ruchem, słowem, zachowaniem i t. d. zapisujemy powtarzające się teraz reakcje tylko w wypadkach szczególnie interesujących. Tak samo postępujemy z obserwacjami w dziedzinie uczuć, zainteresowań, skłonności i t. p. Jeżeli chcemy mieć jasny pogląd na rozwój mowy u dziecka, musimy bardzo skrupulatnie śledzić i zapisywać kolejny przebieg tworzenia dźwięków, sylab i wyrazów i w tym wypadku uwzględniać powtarzające się reakcje, ponieważ dziecko ma tendencję do nadawania zmiennej treści tym samym wyrazom, których znaczenia dobrze nie rozumie.

Postępując do przedstawienia schematu b, nadającego się dla matek interesujących się specjalnie psychologją dziecka, zaznaczam, że jest on potraktowany, jako ogólna rama psychologiczna, w której umieściłam tylko zasadnicze fakty psychiczne i dyspozycje, pozostawiając ich szczegółowe wyodrębnienie lub uzupełnienie do indywidualnego uznania poszczególnych matek. Ze względu na przejrzystość tabelki — nie ilustruję jej z powodu konieczności streszczania się żadnym konkretnym przykładem.

Janina Dylińska.

(D. c. n.)

Wychowawcze wartości przyrody

Całokształt planu wychowawczego musi mądry pedagog dostosować do warunków objektywnych, które całkowicie decydują o powodzeniu, lub niepowodzeniu pewnych zamierzeń. Dlatego też co innego należy stosować zimą, a co innego latem. Inaczej urządzić życie dziecka zimą, a inaczej latem. Szczególnie tyczy się to dzieci wielkomiejskich, które nie mają warunków sprzyjających rozwojowi. Podczas lata dziecko w mieście będzie zawsze skrępowane bądź to szczupłością swojego dziecinnego pokoju (o ile wogóle posiada), bądź ograniczonym czasem, przeznaczonym na pobyt w ogrodzie. Wobec tego należy starać w miarę możności, albo wyprowadzać dzieci na długie spacery za miasto, lub też wysłać je choćby na krótko na wieś.

Tam dopiero w stosunku do dzieci można zastosować hasło J. J. Rousseau'a, apostoła **naturalnego wychowania:** „niechaj dorosły nie będzie sługą dziecka, lecz niechaj pomaga mu tylko wówczas, gdy zajdzie konieczna tego potrzeba".

Dobrze jest bowiem, gdy dziecko od najmłodszego wieku pozostawione będzie własnym siłom. Nauczy się wówczas korzystać z nich i polegać na sobie. Przyczyni się to do większej samodzielności i przedsiębiorczości. A swobodę można tylko na wsi pozostawić dziecku, pozwolić mu przez cały dzień biegać po polu, lub też począwszy od najmłodszego nawet, zaprawiać do pracy w ogrodzie, oraz w dozorowaniu ptactwa i zwierząt. Życie latem, lub choćby kilkutygodniowy pobyt na wsi (nie mówiąc o dobroczynnym wpływie powietrza wiejskiego na zdrowie) ma dlatego jeszcze tak doniosłe znaczenie dla rozwoju dziecka, że jest ono przedewszystkiem **realistą.** Abstrakcje i symbole, któremi operuje się zazwyczaj w mieście, nie przemawiają zupełnie do duszy małego dziecka, ale tylko, i to wyłącznie — **rzeczy i zjawiska konkretne.** Dziecko nigdy nie będzie w stanie pojąć procesów życiowych, o ile nie przyjrzy się im własnemi oczami. Dziecko słyszy np., że ojciec lub matka „pracują na chleb", ale nie może pojąć, jaki zachodzi związek pomiędzy pracą ludzką, a zjawiskami przyrody.

Na wsi dopiero zobaczy dziecko, jak rodzi się chleb, z czego robi się masło, oraz przekona się, że kura, tak dobrze znana mu z talerza, była kiedyś żywą istotą. Wszystko to rozszerzy zasób wiadomości dziecka, a przyjrzenie się przebiegowi, rozwoju życia roślin i zwierząt ułatwi mu później zrozumienie powstawania życia ludzkiego.

Wobec tego przez pielęgnowanie roślin i zwierząt można osiągnąć nadzwyczajne rezultaty w rozwoju dzieci.

Do najważniejszych etapów będą należały:

1. Dziecko nauczy się spostrzegania zjawisk życiowych. W tym etapie zajmuje dziecko wobec roślin i zwierząt stanowisko obserwatora. A w miarę, jak wzrasta jego zainteresowanie dla obserwacji, w takim samym stosunku wzrasta jego troszczenie i opiekowanie się istotami, powierzonemi jego dozorowi. Dzięki temu można będzie doprowadzić dzieci do oceny względów, jakie rodzice, lub wychowawcy mają dla nich. Wówczas zrozumieją i odczują wielkość ofiarnej miłości, a niekiedy nawet poświęcenie serc rodzicielskich.

2. Dziecko rozwinie w sobie zmysł przezorności przez odbycie jakgdyby rodzaju samokształcenia.

Kiedy dzieci przekonają się, że życie roślin zależy od dbałości o nie, t. j. od podlewania, a życie zwierząt — od systematycznego karmienia, wówczas zaczną odczuwać świadomie odpowiedzialność, podobnie, jak ludzie, świadomi swojego zadania w życiu. Jakiś głos, który nie będzie już głosem matki, lub wychowawczyni, będzie je sam upominał, aby nie zaniedbywały przedsięwziętego zadania. W ten sposób rozwinie się uczucie podobne — do odpowiedzialności. A między dzieckiem, a istotami pielęgnowanemi wytworzy się tajemny łącznik, skłaniający małego człowieka do pewnych określonych czynów, bez napominań osób postronnych.

Wówczas nagrodę za usilną pracę otrzyma dziecko bezpośrednio od samej natury: będzie miało ogromną radość, gdy razu pewnego np. dziecko, przynosząc kokoszce pożywienie, zauważy nagle przy niej gromadę piskląt. Innego razu znajdzie niespodzianie małe króliczki, tulące się do starszych, którym tak często przynosiło odpadki z kuchni matczynej. Dzień przyjścia na świat małych stworzonek bywa dla dzieci wielkim świętem, a stąd — radość niemal rodzicielska, jakiej żadna sztuczna nagroda nie mogłaby dostarczyć.

Nie mniejszej uciechy dostarczają dzieciom rośliny, gdyż rozwinięcie się jakiegoś kwiatu podczas nocy jest również niezmiernie doniosłym faktem, który napawa dumą młodocianych ogrodników.

3. Jak już z powyższego wynika, przez pielęgnację roślin dzieci przyzwyczajają się do cierpliwości i ufnego oczekiwania.

Kiedy dzieci po zasianiu nasieni oczekują kiełkowania, a potem rozwoju małej rośliny, oraz przemiany jej w kwiat i owoc, kiedy stwierdzają, że mniej lub więcej szybkie kiełkowanie zależy od temperatury, gleby i gatunku roślin, — to przez taką obserwację dochodzą do pewnego rodzaju równowagi duchowej.

Nadto: 4) dzieci poznają twórczość przyrody, cudowną pracę tworzenia. Dowiedzą się, że natura obdarza niewyczerpanie wspaniałomyślnemi darami tego, kto dzięki swej pracy pomaga jej rozwijać życie stworzeń na ziemi.

Oprócz tego zobaczy dziecko, jak powstaje związek pomiędzy niem, a

ustrojami, którym pomaga żyć. Dzieci chętnie wszystko obserwują wszelkie objawy życia. Mogą całemi godzinami przyglądać się rozwojowi glist i ruchowi poczwarek w gnoju, bez tego obrzydzenia, jakie miewają mieszczuchy dla pewnych gatunków zwierzęcych.

Najbardziej kształci dzieci odczucie natury hodowla istot żywych t. j. proces rozwijania się od nasienia do kwiatu i owocu. Dziecko, które pragnie „wychować“ różę, gwoździk, lub rzodkiewkę, np. wie, że musi je systematycznie podlewać. Rozwinięty kwiat, lub dojrzały owoc będzie hojnym darem przyrody, za ofiarowany mały wysiłek. Wówczas zacznie się dziecku wydawać, że natura dostarcza zawsze swych bogactw człowiekowi, proporcjonalnie do miłości i trudu, jaki poniósł na jej pielęgnację

Przez czynne obcowanie z przyrodą zrozumie dziecko różnicę pomiędzy wytworami przemysłu, które zużywają się i niszczą, a tworami natury, które rosną i mnożą się.

Przytem dziecko powinno zrozumieć, że podobnie, jak roślina daje owoce, człowiek musi dawać pracę.

W ten sposób: 5) dziecko wkroczy na drogę naturalnego rozwoju ludzkości. Dzięki takiemu wychowaniu, rozwój jednostki pozostanie w harmonji z rozwojem ludzkości, a samo dziecko przebędzie drogę od stanu pierwotnego na pierwszy stopień cywilizacji, podobnie, jak człowiek pierwotny — do cywilizowanego, który potrafi praktycznie wykorzystać przyrodę.

Z tych to wszystkich względów należy wykorzystać wychowawcze wartości przyrody. A latem o to najłatwiej. Nawet wówczas, gdy nie posiada się obszernego terenu, lub kawałka ziemi, wystarczy doniczka kwiatów, aby móc odpowiednio przeprowadzić plan wychowawczy. Oczywiście, lepiej jest, gdy dzieci są „właścicielami gruntu“, gdy począwszy od czteroletnich malców — sieją, pielą, podlewają, dozorując „swoich włości“, śledzą proces rozwoju roślin. Wówczas i dorośli nauczą się szanować pracę dzieci i przestaną im przeszkadzać zupełnie. A nadto pozbędą się przesądu, że dzieci są jedynie wegetującemi istotami, któremi należy się tylko opiekować t. j. karmić, pieścić i musztrować. A przecież chodzi tu o rzecz dużo ważniejszą, lecz dotąd niedostatecznie zrozumiałą. Bo jeśli, na co się wszyscy zgadzają, dla rozwoju życia fizycznego konieczny jest ruch i działanie ożywczych sił przyrody, to nie mniej ważną jest rzeczą, z punktu widzenia psychicznego, aby dusza dziecka wzrastała w bezpośrednim związku z naturą.

Stefanja Lewartowicz.



Czy można trafnie ocenić stopień rozwoju umysłowego dziecka na podstawie jego fotografji?

Często mówimy, że jeden człowiek wygląda inteligentnie, drugi ma głupią twarz, a trzeci na oko wydaje się bystry i t. p. Ciekawą jest rzeczą stwierdzić, czy często taki sąd bywa trafny; czy ocena fizjonomiczna zgadza się z wynikiem dokładnego badania inteligencji danej jednostki. Zagadnieniem tem zajęli się trzej uczeni amerykańscy: P. C. Gaskill, M. Fenton i J. Porter. (Journal of applied Psychology. Vol. XI. N. 5).

Zebrali oni po dwie fotografje 12 chłopców w wieku od 11 do 12 lat, o bardzo różnym poziomie umysłowym. Każdy z tych chłopców został poddany badaniom na inteligencję, według rozpowszechnionego w Ameryce zbioru krótkich zadań — skali testów Bineta w przeróbce Standforda. Na każdy rok życia, przy normalnym rozwoju dziecka przypada pewna ilość poprawnie rozwiązanych zadań, według tego oznacza się t. zw. wiek inteligencji. Żeby ilościowo określić stopień rozwoju danej jednostki oblicza się stosunek tego wieku inteligencji do rzeczywistego wieku dziecka. W ten sposób otrzymujemy miarę stopnia rozwoju umysłowego— t. zn. iloraz inteligencji. J. Q. (Intelligence Quotient). O ile dana jednostka rozwiązała szereg testów w sposób odpowiadający przeciętnej normie dla swego wieku to jej I. Q. wynosi 1 (albo jak się zwykle pisze 100).

Otóż z pośród wybranych 12 chłopców pięciu miało wysoki I. Q. (od 171 — 111) t. zn. powyżej normy, jeden normalny I. Q. — 99, a sześciu pozostałych było mniej lub bardziej upośledzonych umysłowo I. Q. od (71 — 18). — Zdawałoby się więc, że przy jednakowym wieku tak wyjątkowo duże różnice w rozwoju umysłowym dadzą się łatwo wykryć na fotografjach.

Fotografje te dostało do oceny 274 studentów psychologji. Każdy z nich miał samodzielnie uszeregować fotografje i nadać im rangi, na podstawie inteligencji chłopców fotografowanych. Wynik badania testami, nie był oczywiście znany studentom, układającym fotografje. — Następnie porównano rangi nadane każdemu z chłopców na podstawie jego fotografji z rangą przypadającą mu z wielkości jego I. Q.

Wynik był naogół niepomyślny — mała była zgodność między oceną fizjonomiczną i testową. Przy chłopcach o słabym rozwoju umysłowym oceny były trafniejsze niż przy chłopcach wybitnie i średnio inteligentnych. W trzech wypadkach przeciętna ocena fizjonomiczna była zgodna, z oceną testową, przy chłopcu o

randze V-ej o I. Q. — 111 (średnim) przy chłopcu stojącym na IX miejscu o I. Q. — 55 (poniżej normy) i przy ostatnim o I. Q. — 18 (bardzo silnie upośledzony umysłowo).

Najmniej zgodne były oceny innych trzech chłopców; najbystrzejszy według fotografji otrzymał przy badaniu testami I. Q. — 99, średni, a inny bardzo inteligentny I. Q. — 140 na podstawie fotografji dostał się do średnich IV-ta ranga, podobnie chłopiec o I. Q. wysokim 128, został zaliczony do grupy niedorozwiniętych VIII-a ranga i t. p.

Wyniki te wskazują, że nie ma zgodności między przeciętną oceną rozwoju umysłowego na podstawie fotografji a oceną na podstawie badania testami Bineta (Standforda). Czy jednak z tego wynika, że przeciętna ocena rozwoju umysłowego pewnego człowieka na podstawie jego wyglądu musi być mylna? Nie. — Gdyż na wygląd człowieka składa się więcej rzeczy, niż te, które widzimy na fotografji — ruchy, mimika, cały sposób zachowania się. — Poza tem nie wiemy jeszcze, czy I. Q., oznaczony według skali Bineta zawsze odpowiada istotnemu stopniowi rozwoju danej jednostki. Żeby więc rozwiązać zagadnienie postawione przez autorów należy prowadzić dalsze badania w dwóch kierunkach — kazać oceniać „na oko“ inteligencję żywych dzieci a nie fotografij i podrugie porównywać tę ocenę z wynikiem bardziej wszechstronnego badania inteligencji — nie ograniczać się wyłącznie na przerobieniu skal Bineta-Standforda.

Aniela Meyer-Ginsbergowa.

Odpowiedzi na listy rodziców

1. **Pani Marji Winiarskiej.** Dieta 5-miesięcznej córeczki Pani, powinna w chwili obecnej przedstawiać się w następujący sposób: 5 razy pierś i 1 raz kaszka manna na wodzie oraz jarzyny.

Kaszkę w ilości 2 łyżeczek od herbaty gotować na wodzie lub smaku z jarzyn do zupełnego ugotowania i otrzymania 150 gr., następnie dodać ½ łyżeczki od herbaty masła i 1½ łyżeczki cukru.

Jako jarzyny można w chwili obecnej podawać dziecku marchew, szpinak, kalarepę, kalafior. Jarzyny muszą być dobrze ugotowane, przetarte i zaprawione cukrem i masłem do smaku. Porcja jarzyn wynosi stopniowo od 1 do 5 łyżeczek od herbaty.

Kaszka i jarzyna stanowi jedno jedzenie z 2-ch dań i powinna być podawana w porze południowej.

Oprócz powyższej diety dziecko w przerwie pomiędzy jedzeniami musi dostawać surowe soki, jak sok z marchwi, buraka, pomidora. Ilość soku stopniowo od 1 do 5 łyżeczek od herbaty na dobę. Soki można podawać w dwóch porcjach.

2. **Panu Z. K. Sterz.** Przy odczytywaniu nazwiska Pana zaszła pomyłka. Odpowiedź w Nr. 12 M. M. Nr. 2 była przeznaczona dla Pana.

3. **Pani Kąkolowej.** Przy stosowaniu „Tricalcine“ nie należy stosować żadnych ograniczeń w normalnej diecie dziecka.

4. **Pani Zofji Doberskiej.** Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

5. **Pani St. Kozioł.** To samo.

6. **Pani Z. Bwudowiczowej.** Wrazie powtarzania się krwawień z nosa u córeczki Pani, należy w pierwszym rzędzie zwrócić się do lekarza specjalisty chorób gardła i nosa.

Waga i wzrost córeczki Pani są zupełnie zadawalniające.

7. **Pani Kaliksztajnowej.** 7-miesięczna córeczka Pani powinna jadać 5 razy na dobę w odstępach

3½ godzinnych. 4 razy pierś i raz kasza i jarzyna. Wrazie niedostatecznej ilości pokarmu (porcja 180 gr.) należy dziecku jako 5-te jedzenie dać 180 gr. czystego mleka z dodatkiem 1½ do 2 łyżeczek od herbaty cukru oraz dwa sucharki utarte i rozmoczone w mleku.

8. Pani B. Jakubowskiej. Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

9. Panu Stefanowi Grochowskiemu. Spisu potraw dla dzieci powyżej roku nie posiadamy.

10. Pani Stefanji Krausharowej. Opóźnione ząbkowanie u dziecka prawidłowo rozwijającego się, nie przedstawia specjalnego niebezpieczeństwa.

Pamiętać tylko należy, aby dieta dziecka zawierala dostateczną ilość jarzyn i owoców oraz żeby dziecko dostateczną ilość czasu przebywalo na powietrzu.

11. Pani Marji Kołyszkowej. 3-miesięczny synek Pani powinien jadać obecnie 6 razy na dobę, w odstępach 3 godzinnych. Poszczególna porcja pożywienia wynosić może tylko 150 gr.

Należy więc, w pierwszym rzędzie, ustalić ile pokarmu wysysa mały. Uskutecznić to można bądź przez ważenie dziecka przed i po karmieniu, bądź też przez zestrzyknięcie pokarmu. Brak pokarmu należy uzupełnić do 150 gr. mieszanką.

Skład mieszanki następujący: 2 części mleka 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyżeczki od herbaty cukru na 100 gr. mieszanki.

12. Pani Z. Jastrzębiec-Kozłowskiej. — Nadesłane do uznania Redakcji Zł. 15 wpłaciliśmy T-wu Kolonji Letnich dla dzieci, kwit Nr. 3294.

Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24.
Konto P. K. O. 14555.

Cena prenumeraty „Młodej Matki": w Warszawie i na prowincji rocznie 14 zł. — półrocznie 7 zł. 40 gr. — kwartalnie zł. 3 gr. 70.

Cena ogłoszeń: wewnętrzne strony okładki: 1 strona 150 zł., ½ strony 75 zł., ¼ strony 40 zł. ostatnia strona i za tekstem o 50% drożej. Miejsca zastrzeżone o 25% drożej od cen powyższych.

Wydawca: E. Grocholska. Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

PROJEKT PODUSZKI NA SZAREM PŁÓTNIE WYKONANEJ HAFTEM I APLIKACJĄ

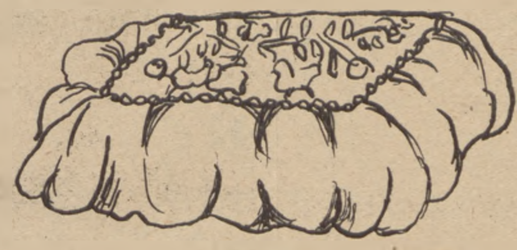


- KOLOR POMARAŃCZOWY
- KOLOR CZERWONY
- KOLOR NIEBIESKI
- KOLOR RÓŻOWY
- KOLOR ZIELONY
- HAFT WŁÓCZKĄ ZIELONĄ
- SZNURECZEK ZIEL.



PODUSZKA CZERWONA DO DZIECINNEGO POKOJU.

ATELIER TEKSTYLNE
KRAKÓW



Irena Kesslerówna

ZAZDROSTKI DO OKIEN
POKOJU DZIECINNEGO

Z MARKIZETY.

MERESZKA.

OO ATŁASEK.

OZDOBY NA SUKIENKI DZIECINNE.

1.

- ŚCIEG WOLNY.
- WĘZEŁKI.
- SIATECZKA.
- ŚCIEG WOLNY.

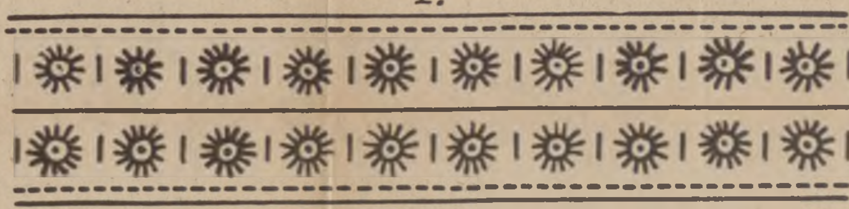
2.

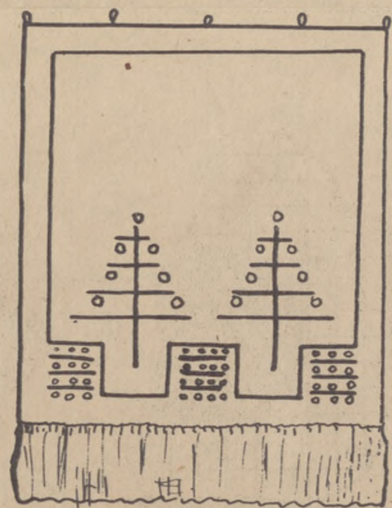
- SZNURECZEK.
- STEBEN.
- ŚCIEG WOLNY.
- SZNURECZEK.
- WĘZEŁKI.
- ŚCIEG WOLNY.

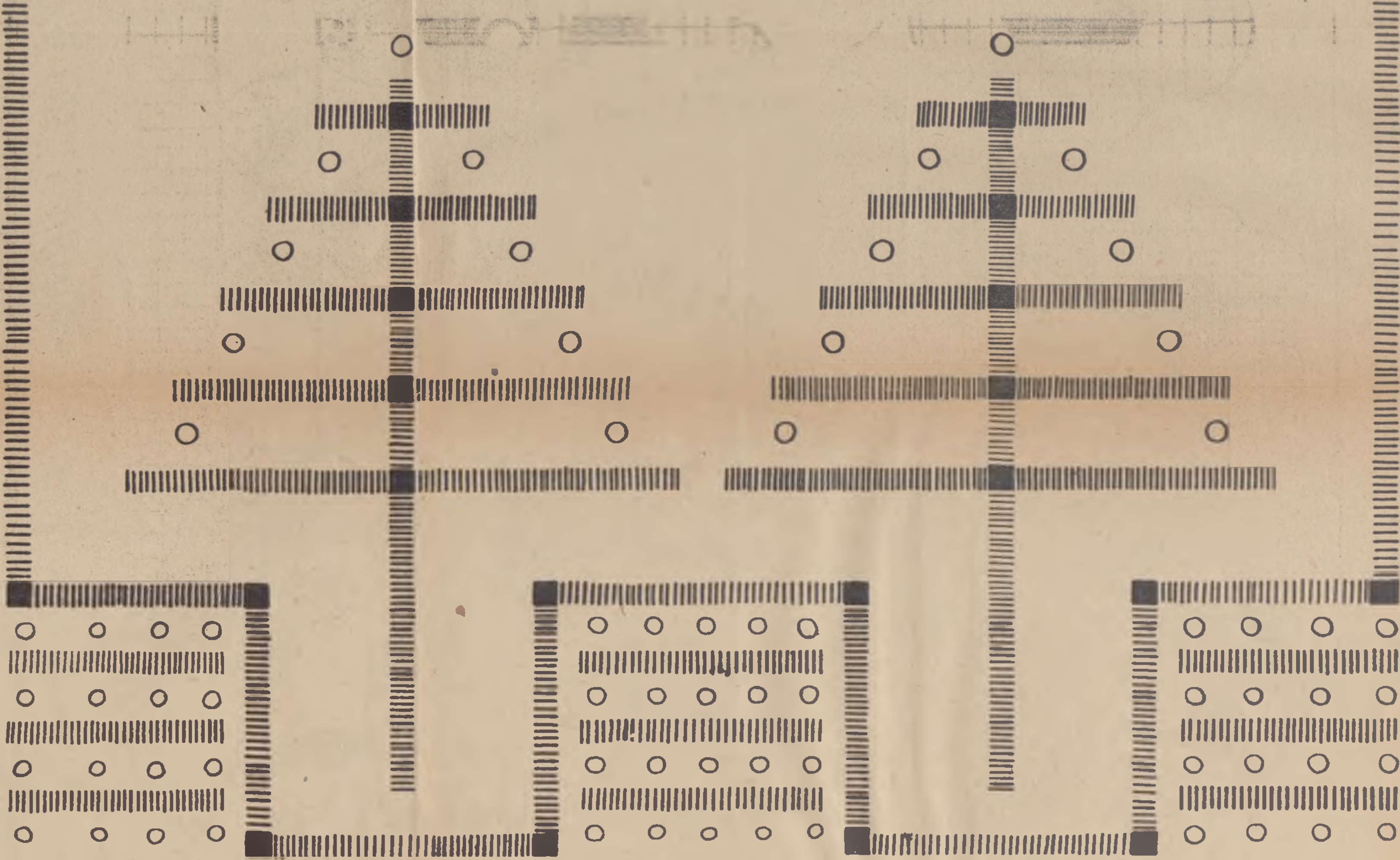
1.



2.







Stanisław Kaczkowski